

栃木県立

とちぎ海浜自然の家

平成30年度春メニュー

アレルギー表

ユーレストジャパン株式会社

本社 管理栄養士 山内 美香

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 ㊞

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単 位	7大アレルギー							
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに	
月曜日 朝食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	バターロール	37.5	g	●	●	●					
	いちごジャム(小袋)	7.5	g								
	マーガリン(小袋)	4	g		●						
	バターロール										
	小松菜	5	g								
	スライスしいたけ	0.5	g								
	水	150	g								
	だしパック	0.35	g								
	鰹だしの素	0.4	g		●						
	白みそ	8	g								
	小松菜と椎茸の味噌汁										
	厚焼きたまご	50	g	●	●	●					
	厚焼きたまご										
	鯖フィレ(100g)	25	g								
	合成酒	1	g	●							
	食塩	0.1	g								
	鯖の塩焼き										
	煮豚スライス(バラ)	4.5	g	●	●	●					
	キャベツ	30	g								
	ムキ玉葱	14	g								
	万能ねぎ	0.35	g								
	植物油	1.335	g								
	水	7.5	g								
	食塩	0.3	g								
	濃口しょうゆ	0.3	g	●							
	ホワイトペッパー	0.03	g								
	キャベツとチャーシュー炒め										
	切干大根	5	g								
	人参	1.25	g								
	焼き竹輪	2.75	g	●		●					
	植物油	0.6675	g								
	水	10.8	g								
	鰹だしの素	0.04	g		●						
	濃口しょうゆ	1.62	g	●							
	みりん風調味料	0.54	g								
	上白糖	0.27	g								
	切干大根煮										
	キャベツ	30	g								
	水菜	0.2	g								
	人参	0.5	g								
	サニーレタス	0.5	g								
	ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●							
パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g									
フレンチドレッシング(白)	5	g			●						
コーンスローミックス											
カーネルコーン	5	g									
カーネルコーン											
赤小梅	6	g									
赤小梅											
特ふり かつお風味	1	g	●	●	●						
特ふり たまご風味	1	g	●	●	●						
ふりかけ											
グレープフルーツ(ルビー)	44.2	g									
グレープフルーツ(ルビー)											
オレンジジュース1L	150	g									
牛乳	50	g		●							
水	170	g									
ドリンク											
朝食集計											

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 ㊞

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単 位	7大アレルギー						
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに
月曜日 昼食	精白米	66	g							
	水	85.8	g							
	ご飯									
	冷凍ラーメン(ウェーブ)250g	125	g	●	●	●				
	水	170	g							
	中華味 顆粒	1.6	g							
	PBしょうゆラーメンのたれ	16.95	g	●						
	もやし	10	g							
	にら	3	g							
	ポークチョップドハム	3	g	●	●	●				
	筍・穂先	3	g							
	長葱	1.5	g							
	醤油ラーメン									
	バタール(バケツ)	25	g	●						
	いちごジャム(小袋)	7.5	g							
	マーガリン(小袋)	4	g		●					
	バタール(バケツ)									
	ソーセージカツ(90g)	45	g	●	●	●				
	<揚げ油>	3.4888	g							
	ソーセージカツ									
	豚小間	20	g							
	菜の花	8	g							
	食塩	0.05	g							
	ホワイトペッパー	0.01	g							
	ムキ玉葱	14	g							
	人参	2	g							
	植物油	0.89	g							
	水	3.75	g							
	鰹だしの素	0.03	g		●					
	うすくちしょうゆ	0.38	g	●						
	豚肉と菜花の塩炒め									
	乱切りポテト	30	g							
	おろしにんにく	0.15	g							
	濃口しょうゆ	0.72	g	●						
	花かつお(トッピング用)	0.3	g							
	じゃが芋のニンニクおかか和え									
	キャベツ	30	g							
	水菜	0.2	g							
	人参	0.5	g							
	サニーレタス	0.5	g							
	ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●						
	パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g							
	フレンチドレッシング(白)	5	g			●				
	コールスローミックス									
	プリン	60	g		●					
	プリン									
	オレンジジュース1L	150	g							
	牛乳	50	g		●					
	水	170	g							
	ドリンク									
昼食集計										

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 (印)

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー								
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに		
月曜日 夕食	精白米	66	g									
	水	85.8	g									
	ご飯											
	水	140	g									
	チキン コンソメ	2.52	g	●	●							
	食塩	0.28	g									
	ホワイトペッパー	0.03	g									
	もやし	5	g									
	ムキ玉葱	5	g									
	玉葱ともやしのスープ											
	鶏もも(30-40g)	105	g									
	プレーンヨーグルト	8	g		●							
	トマトケチャップ	6	g									
	カレー粉	0.8	g									
	CASパプリカ赤黄	0.2	g									
	生おろし生姜	0.6	g									
	みじん切り生にんにく	0.6	g									
	チキン コンソメ	0.6	g	●	●							
	並塩(20kg)	0.4	g									
	タンドリーチキン											
	牛バラスライス	8	g									
	キャベツ	10	g									
	ムキ玉葱	15	g									
	もやし	5	g									
	人参	3	g									
	ピーマン	3	g									
	生おろし生姜	0.3	g									
	みじん切り生にんにく	0.3	g									
	りんごダイス	3	g									
	料理酒(発酵調味料)	2	g	●								
	濃口しょうゆ	9.6	g	●								
	片栗粉	0.5	g									
	ジンギスカン風炒め											
	白身魚の一口竜田揚げ	20	g	●								
	<揚げ油>	1.0947	g									
	白身魚の一口竜田揚げ											
	かぶ	25	g									
	ムキ玉葱	5	g									
	人参	2	g									
	ブロッコリー	5	g									
	角柱ベーコン	3	g	●	●	●						
	水	18	g									
	チキン コンソメ	1	g	●	●							
	食塩	0.15	g									
	ホワイトペッパー	0.02	g									
	カブ洋風煮											
	中華ポテト	20	g	●	●							
大学芋												
キャベツ	30	g										
水菜	0.2	g										
人参	0.5	g										
サニーレタス	0.5	g										
ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●									
パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g										
フレンチドレッシング(白)	5	g			●							
コールスローミックス												
ほうれん草	12.5	g										
もやし	15	g										
人参	2	g										
濃口しょうゆ	1.5	g	●									
ゴマ油(調合)	0.6825	g										
いりゴマ(白)	0.5	g										
もやしとほうれん草のナムル												
つぼ漬け	10.5	g	●									
つぼ漬												
蒟蒻寒天ゼリー オレンジ	11.25	g										
水	75	g										
蒟蒻オレンジゼリー												
オレンジジュース1L	150	g										
牛乳	50	g		●								
水	170	g										
ドリンク												
夕食集計												
月曜日集計												

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 ㊞

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー						
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに
火曜日 朝食	精白米	66	g							
	水	85.8	g							
	ご飯									
	バターロール	37.5	g	●	●	●				
	いちごジャム(小袋)	7.5	g							
	マーガリン(小袋)	4	g		●					
	バターロール									
	仕掛く味噌汁(合わせ) >	144	g		●					
	ムキ玉葱	5	g							
	刻み油揚げ	1	g							
	玉葱と油揚げの味噌汁									
	プレーンオムレツ	25	g	●	●	●				
	オムレツ									
	赤魚切身(120g)	30	g							
	並塩(20kg)	0.1	g							
	料理酒(発酵調味料)	1	g	●						
	植物油	2.67	g							
	赤魚の塩焼き									
	ポークウィンナー(20g)	20	g	●	●					
	キャベツ	25	g							
	人参	2	g							
	いんげんカット	5	g							
	植物油	2.67	g							
	並塩(20kg)	0.15	g							
	ブラックペッパー	0.2	g							
	片栗粉	1	g							
	ウィンナーと野菜のソテー									
	納豆 40g	40	g	●						
	納豆									
	キャベツ	30	g							
	水菜	0.2	g							
	人参	0.5	g							
	サニーレタス	0.5	g							
	ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●						
	パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g							
	フレンチドレッシング(白)	5	g			●				
	コールスローミックス									
	カリフラワー	10.5	g							
	カリフラワー									
	スライスたくあん	10.5	g							
	たくあん									
	特ふり かつお風味	1	g	●	●	●				
	特ふり たまご風味	1	g	●	●	●				
	ふりかけ									
	フルーチェベース(ヨーグルト風味)	10	g		●					
牛乳	10	g		●						
黄桃(ピーチ)	60	g								
フルーツカクテル	60	g								
フルーチェ										
オレンジジュース1L	150	g								
牛乳	50	g		●						
水	170	g								
ドリンク										
朝食集計										

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 ㊞

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単 位	7大アレルギー							
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに	
火曜日 昼食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	精白米	67	g								
	豚小間	10	g								
	おろしにんにく	0.4	g								
	生おろし生姜	0.4	g								
	植物油	2.8658	g								
	ムキ玉葱	40	g								
	乱切りポテト	20	g								
	人参	8	g								
	水	120	g								
	こくまるフレーク	10	g		●	●					
	パーモントカレーフレーク	10	g		●	●					
	ポークカレー										
	Cパンケーキ	50	g		●	●	●				
	いちごジャム(小袋)	7.5	g								
	マーガリン(小袋)	4	g			●					
	パンケーキ										
	野菜コロッケ55g	27.5	g		●	●	●				
	<揚げ油>	3.4888	g								
	野菜コロッケ										
	ポークウィンナー(20g)	10	g		●	●					
	キャベツ	5	g								
	人参	5	g								
	ジャガ芋	5	g								
	ブロッコリー	2.5	g								
	チキン コンソメ	0.56	g		●	●					
	水	22.5	g								
	食塩	0.08	g								
	ブラックペッパー	0.01	g								
	パセリ缶	0.03	g								
	ポトフ										
	麻竹(ホール)	20	g								
	水	10	g								
	鰹だしの素	0.07	g			●					
	うすくちしょうゆ	0.83	g		●						
	みりん風調味料	0.83	g								
	花かつお(トッピング用)	1	g								
	筍の土佐煮										
	キャベツ	30	g								
	水菜	0.2	g								
	人参	0.5	g								
	サニーレタス	0.5	g								
	ノンオイル青じそドレッシング	5	g		●						
	パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g								
	フレンチドレッシング(白)	5	g				●				
	コールスローミックス										
	福神漬(赤)	10.5	g		●						
	福神漬										
	杏仁フルーツ	40	g			●					
	フルーツカクテル	40	g								
	マライヤパイン8カット	40	g								
	杏仁フルーツ										
	オレンジジュース1L	150	g								
	牛乳	50	g			●					
	水	170	g								
	ドリンク										
	昼食集計										

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 (印)

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単 位	7大アレルギー							
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに	
火曜日 夕食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	水	140	g								
	チキン コンソメ	2.52	g	●	●						
	食塩	0.28	g								
	ブラックペッパー	0.03	g								
	カーネルコーン	5	g								
	ほうれん草	3	g								
	ほうれん草とコーンのスープ										
	焼成ハンバーグ(80g)	40	g	●	●	●					
	デミグラスソース	1.9	g	●	●						
	トマトケチャップ	9	g								
	水	3	g								
	ハンバーグ										
	華イカ(約200個)	5	g								
	ブロッコリー	10	g								
	CASパプリカ赤黄	2	g								
	ムキ玉葱	4	g								
	きのこミックス	2	g	●							
	アスパラガス12~14mm	25	g								
	キャノリーブ(菜種&オリーブ)	0.728	g								
	ワイン 1.8L 白	1.6	g								
	みじん切り生にんにく	0.4	g								
	食酢	1.6	g	●							
	並塩(20kg)	0.1	g								
	チキン コンソメ	0.4	g	●	●						
	イカの洋風炒め										
	餃子(20g)	40	g	●							
	<揚げ油>	1.4685	g								
	揚げ餃子										
	鯖フィレ(100g)	25	g								
	水	3.75	g								
	合成酒	1.35	g	●							
	みりん風調味料	0.75	g								
	上白糖	0.94	g								
	古根生姜	0.5	g								
	水	1.5	g								
	白みそ	2.25	g								
	濃口しょうゆ	0.18	g	●							
	小松菜	4	g								
	古根生姜	0.4	g								
	鯖味噌煮										
	フレンチポテト	30	g	●							
	<揚げ油>	1.4596	g								
	食塩	0.12	g								
	フライドポテト										
	キャベツ	30	g								
	水菜	0.2	g								
	人参	0.5	g								
サニーレタス	0.5	g									
ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●								
パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g									
フレンチドレッシング(白)	5	g			●						
コールスローミックス											
菜の花	15	g									
キャベツ	13	g									
人参	2	g									
ごま和えの素(粉末)	3	g	●								
菜の花とキャベツのごま和え											
青かつば漬け	10.5	g	●								
青かつば漬											
カップヨーグルト	78	g		●							
ヨーグルト											
オレンジジュース1L	150	g									
牛乳	50	g		●							
水	170	g									
ドリンク											
夕食集計											
火曜日集計											

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 ㊞

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー							
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに	
水曜日 朝食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	バターロール	37.5	g	●	●	●					
	いちごジャム(小袋)	7.5	g								
	マーガリン(小袋)	4	g		●						
	バターロール										
	仕掛く味噌汁(合わせ) >	144	g		●						
	大根	10	g								
	人参	1	g								
	大根と人参の味噌汁										
	ミックスベジタブル	10	g								
	ムキ玉葱	5	g								
	植物油	0.445	g								
	鶏卵	30.5	g			●					
	食塩	0.2	g								
	ホワイトペッパー	0.02	g								
	無塩コンパウンドマーガリン	3	g		●						
	ミックススクランブルエッグ										
	骨無ホッケ70g	23.1	g								
	並塩(20kg)	0.1	g								
	合成酒	1	g	●							
	ホッケ塩焼き										
	ムキ玉葱	8	g								
	キャベツ	28	g								
	人参	0.3	g								
	ポークチョップドハム	15	g	●	●	●					
	植物油	1.335	g								
	ウスターソース	2.4	g								
	食塩	0.15	g								
	ホワイトペッパー	0.02	g								
	ハム野菜炒め										
	乾燥ひじき	0.9	g								
	人参	1.2	g								
	焼き竹輪	2.75	g	●		●					
	植物油	0.534	g								
	水	6.96	g								
	鰹だしの素	0.05	g			●					
	みりん風調味料	0.93	g								
	上白糖	0.31	g								
	濃口しょうゆ	1.668	g	●							
	皮ムキ枝豆	2	g								
	ひじきと枝豆の煮物										
	キャベツ	30	g								
	水菜	0.2	g								
	人参	0.5	g								
	サニーレタス	0.5	g								
	ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●							
	パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g								
	フレンチドレッシング(白)	5	g			●					
コーンスローミックス											
カーネルコーン	5	g									
カーネルコーン											
赤小梅	6	g									
赤小梅											
特ふり かつお風味	1	g	●	●	●						
特ふり たまご風味	1	g	●	●	●						
ふりかけ											
オレンジ	38	g									
オレンジ											
オレンジジュース1L	150	g									
牛乳	50	g		●							
水	170	g									
ドリンク											
朝食集計											

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 ㊞

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単 位	7大アレルギー							
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに	
水曜日 昼食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	精白米	50	g								
	豚小間	18	g								
	ムキ玉葱	50	g								
	人参	2	g								
	もやし	10	g								
	植物油	2.67	g								
	しょうが焼きのたれ	10	g	●							
	片栗粉	0.2	g								
	豚生姜焼き丼										
	バター(パッケージ)	25	g	●							
	いちごジャム(小袋)	7.5	g								
	マーガリン(小袋)	4	g		●						
	バター(パッケージ)										
	水	144	g								
	だしパック	0.35	g								
	鰹だしの素	0.6	g		●						
	食塩	0.8	g								
	うすくちしょうゆ	2	g	●							
	合成酒	2	g	●							
	ホワイトペッパー	0	g								
	仕掛く戻しわかめ>	5	g								
	うず巻麩	0.5	g	●							
	長葱	1	g								
	わかめと麩のすまし汁										
	アジフライ(60g)	30	g	●							
	<揚げ油>	3.4888	g								
	アジフライ										
	角柱ベーコン	3	g	●	●	●					
	キャベツ	25	g								
	人参	3	g								
	ムキ玉葱	8	g								
	アスパラガス12~14mm	50	g								
	カーネルコーン	2	g								
	きのこミックス	2	g	●							
	クリームシチューミックス	4	g	●	●						
	水	40	g								
	牛乳	2	g		●						
	チキン コンソメ	0.3	g	●	●						
	春キャベツのクリーム煮										
	キャノリーブ(菜種&オリーブ)	0.546	g								
	みじん切り生にんにく	0.1	g								
	ズッキーニ	10	g								
	ムキ玉葱	7	g								
	ダイストマト	8	g								
	カリフラワー	5	g								
	ブロッコリー	5	g								
	菜園風グリル野菜ミックス	10	g								
	チキン コンソメ	0.23	g	●	●						
	食塩	0.06	g								
	ホワイトペッパー	0.01	g								
	パセリ缶	0.04	g								
	ラタトゥユ										
	キャベツ	30	g								
	水菜	0.2	g								
	人参	0.5	g								
	サニーレタス	0.5	g								
	ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●							
	パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g								
	フレンチドレッシング(白)	5	g			●					
	コールスローミックス										
	蒟蒻寒天ゼリー ぶどう	11.25	g								
	水	75	g								
	蒟蒻ぶどうゼリー										
	オレンジジュース1L	150	g								
	牛乳	50	g		●						
	水	170	g								
	ドリンク										
昼食集計											

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 ㊞

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー							
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに	
水曜日 夕食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	水	140	g								
	クノール ビーフブイヨン	3.36	g	●	●						
	食塩	0.28	g								
	ブラックペッパー	0.03	g								
	ムキ玉葱	7	g								
	人参	0.6	g								
	水菜	2	g								
	コンソメ野菜スープ										
	鶏もも(30-40g)	105	g								
	プレーンヨーグルト	8	g		●						
	トマトケチャップ	6	g								
	カレー粉	0.8	g								
	CASパプリカ赤黄	0.2	g								
	生おろし生姜	0.6	g								
	みじん切り生にんにく	0.6	g								
	チキン コンソメ	0.6	g	●	●						
	並塩(20kg)	0.4	g								
	タンドリーチキン										
	豚小間	7.5	g								
	植物油	0.89	g								
	ニンニクの芽カット	5	g								
	ムキ玉葱	22.5	g								
	人参	4	g								
	水	2.5	g								
	中華味 顆粒	0.15	g								
	PB中華炒めベース	1.8	g	●	●						
	濃厚オイスターソース	0.3	g								
	ホワイトペッパー	0.01	g								
	片栗粉	1	g								
	水	1.5	g								
	ゴマ油(調合)	0.2275	g								
	豚肉とニンニクの芽炒め										
	木綿豆腐	36	g								
	ムキ玉葱	20	g								
	植物油	0.89	g								
	豚挽肉	5	g								
	長葱	1.75	g								
	麻婆豆腐用ソース	10	g	●							
	水	0.9	g								
	片栗粉	1	g								
	水	1.5	g								
	ゴマ油(調合)	0.1638	g								
	万能ねぎ	0.35	g								
	麻婆豆腐										
	かぶ	25	g								
	ムキ玉葱	5	g								
	人参	2	g								
	ブロッコリー	5	g								
	角柱ベーコン	3	g	●	●	●					
	水	18	g								
	チキン コンソメ	1	g	●	●						
	食塩	0.15	g								
	ホワイトペッパー	0.02	g								
	カブ洋風煮										
	植物油	4.0762	g								
	下足唐揚げ	30	g	●							
	いかゲソ唐揚げ										
	キャベツ	30	g								
	水菜	0.2	g								
	人参	0.5	g								
	サニーレタス	0.5	g								
	ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●							
	パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g								
	フレンチドレッシング(白)	5	g			●					
	コールスローミックス										
	ほうれん草	12.5	g								
	もやし	15	g								
	人参	2	g								
	濃口しょうゆ	1.5	g	●							
	ゴマ油(調合)	0.6825	g								
	いりゴマ(白)	0.5	g								
	もやしとほうれん草のナムル										
	つぼ漬け	10.5	g	●							
	つぼ漬										
	プリン	60	g		●						
	プリン										
	オレンジジュース1L	150	g								
	牛乳	50	g		●						
	水	170	g								
	ドリンク										
	夕食集計										
	水曜日集計										

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 (印)

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単 位	7大アレルギー							
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに	
木曜日 朝食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	バターロール	37.5	g	●	●	●					
	いちごジャム(小袋)	7.5	g								
	マーガリン(小袋)	4	g		●						
	バターロール										
	スライスしいたけ	0.5	g								
	ムキ玉葱	8	g								
	水	150	g								
	だしパック	0.35	g								
	鰹だしの素	0.4	g		●						
	白みそ	8	g								
	玉葱と椎茸の味噌汁										
	厚焼きたまご	50	g	●	●	●					
	厚焼きたまご										
	骨無鮭切身(60g)	30	g								
	合成酒	1	g	●							
	食塩	0.1	g								
	鮭の塩焼き										
	ポークウィンナー(20g)	20	g	●	●						
	キャベツ	25	g								
	人参	2	g								
	いんげんカット	5	g								
	植物油	2.67	g								
	並塩(20kg)	0.15	g								
	ブラックペッパー	0.2	g								
	片栗粉	1	g								
	ウィンナーと野菜のソテー										
	納豆 40g	40	g	●							
	納豆										
	キャベツ	30	g								
	水菜	0.2	g								
	人参	0.5	g								
	サニーレタス	0.5	g								
	ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●							
	パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g								
	フレンチドレッシング(白)	5	g			●					
	コールスローミックス										
	カリフラワー	10.5	g								
	カリフラワー										
	スライスたくあん	10.5	g								
	たくあん										
	特ふり かつお風味	1	g	●	●	●					
	特ふり たまご風味	1	g	●	●	●					
ふりかけ											
フルーチェベース(ヨーグルト風味)	10	g		●							
牛乳	10	g		●							
黄桃(ピーチ)	60	g									
フルーツカクテル	60	g									
フルーチェ											
オレンジジュース1L	150	g									
牛乳	50	g		●							
水	170	g									
ドリンク											
朝食集計											

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 ㊞

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単 位	7大アレルギー							
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに	
木曜日 昼食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	精白米	67	g								
	鶏もも(30-40g)	10.5	g								
	おろしにんにく	0.4	g								
	生おろし生姜	0.4	g								
	植物油	2.8658	g								
	ムキ玉葱	40	g								
	乱切りポテト	20	g								
	人参	8	g								
	水	120	g								
	こくまるフレーク	10	g		●	●					
	パーメントカレーフレーク	10	g		●	●					
	チキンカレー										
	Cパンケーキ	50	g		●	●	●				
	いちごジャム(小袋)	7.5	g								
	マーガリン(小袋)	4	g			●					
	パンケーキ										
	ソーセージカツ(90g)	45	g		●	●	●				
	<揚げ油>	3.4888	g								
	ソーセージカツ										
	ペンネマカロニ	12	g		●						
	ムキ玉葱	5	g								
	人参	3	g								
	菜の花	5	g								
	角柱ベーコン	2	g		●	●	●				
	キャノリーブ(菜種&オリーブ)	4.55	g								
	チキン コンソメ	1	g		●	●					
	ワイン 1.8L 白	0.5	g								
	並塩(20kg)	0.1	g								
	濃口しょうゆ	0.6	g		●						
	鰹だしの素	0.2	g			●					
	ホワイトペッパー	0.01	g								
	パセリ缶	0.5	g								
	菜の花ペンネパスタ										
	麻竹(ホール)	20	g								
	水	10	g								
	鰹だしの素	0.07	g			●					
	うすくちしょうゆ	0.83	g		●						
	みりん風調味料	0.83	g								
	花かつお(トッピング用)	1	g								
	筍の土佐煮										
	キャベツ	30	g								
	水菜	0.2	g								
	人参	0.5	g								
	サニーレタス	0.5	g								
	ノンオイル青じそドレッシング	5	g		●						
	パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g								
	フレンチドレッシング(白)	5	g				●				
	コールスローミックス										
	福神漬(赤)	10.5	g		●						
	福神漬										
	フルーツカクテル	40	g								
	三色寒天	40	g			●					
	マライヤパイン8カット	40	g								
	フルーツ寒天										
	オレンジジュース1L	150	g								
	牛乳	50	g			●					
	水	170	g								
ドリンク											
昼食集計											

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 (印)

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー								
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに		
木曜日 夕食	精白米	66	g									
	水	85.8	g									
	ご飯											
	水	140	g									
	チキン コンソメ	2.52	g	●	●							
	食塩	0.28	g									
	ホワイトペッパー	0.03	g									
	カーネルコーン	5	g									
	乾燥カットわかめ	0.5	g									
	コーンとわかめのスープ											
	焼成ハンバーグ(80g)	40	g	●	●	●						
	デミグラスソース	1.9	g	●	●							
	トマトケチャップ	9	g									
	水	3	g									
	ハンバーグ											
	華イカ(約200個)	5	g									
	ブロッコリー	10	g									
	CASパプリカ赤黄	2	g									
	ムキ玉葱	4	g									
	きのこミックス	2	g	●								
	アスパラガス12~14mm	25	g									
	キャノリーブ(菜種&オリーブ)	0.728	g									
	ワイン 1.8L 白	1.6	g									
	みじん切り生にんにく	0.4	g									
	食酢	1.6	g	●								
	並塩(20kg)	0.1	g									
	チキン コンソメ	0.4	g	●	●							
	イカの洋風炒め											
	白身魚の一口竜田揚げ	20	g	●								
	<揚げ油>	1.0947	g									
	白身魚の一口竜田揚げ											
	豚小間	3.75	g									
	ジャガ芋	11.25	g									
	人参	2.5	g									
	つきこん黒	2.5	g									
	ムキ玉葱	11.25	g									
	植物油	0.3382	g									
	水	7.5	g									
	鰹だしの素	0.08	g		●							
	上白糖	0.5	g									
	みりん風調味料	1.25	g									
	濃口しょうゆ	0.9	g	●								
	濃口しょうゆ	0.6	g	●								
	絹サヤ	0.5	g									
	肉じゃが											
フレンチポテト	30	g	●									
<揚げ油>	1.4596	g										
食塩	0.12	g										
フライドポテト												
キャベツ	30	g										
水菜	0.2	g										
人参	0.5	g										
サニーレタス	0.5	g										
ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●									
パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g										
フレンチドレッシング(白)	5	g			●							
コールスローミックス												
キャベツ	28.75	g										
人参	1.25	g										
だし昆布	1	g										
水	17	g										
鰹だしの素	0.13	g		●								
うすくちしょうゆ	0.6	g	●									
いりゴマ(白)	0.5	g										
ゴマ油(調合)	0.728	g										
塩キャベツ												
青かつば漬け	10.5	g	●									
青かつば漬												
カップヨーグルト	78	g		●								
ヨーグルト												
オレンジジュース1L	150	g										
牛乳	50	g		●								
水	170	g										
ドリンク												
夕食集計												
木曜日集計												

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 ㊞

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー							
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに	
金曜日 朝食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	バターロール	37.5	g	●	●	●					
	いちごジャム(小袋)	7.5	g								
	マーガリン(小袋)	4	g		●						
	バターロール										
	小松菜	4	g								
	刻み油揚げ	2	g								
	水	150	g								
	だしパック	0.35	g								
	鰹だしの素	0.4	g		●						
	白みそ	8	g								
	小松菜と油揚げの味噌汁										
	ミートオムレツ	25	g	●	●	●					
	ミートオムレツ										
	赤魚切身(120g)	30	g								
	並塩(20kg)	0.1	g								
	料理酒(発酵調味料)	1	g	●							
	植物油	2.67	g								
	赤魚の塩焼き										
	煮豚スライス(バラ)	4.5	g	●	●	●					
	キャベツ	30	g								
	ムキ玉葱	14	g								
	万能ねぎ	0.35	g								
	植物油	1.335	g								
	水	7.5	g								
	食塩	0.3	g								
	濃口しょうゆ	0.3	g	●							
	ホワイトペッパー	0.03	g								
	キャベツとチャーシュー炒め										
	切干大根	5	g								
	人参	1.25	g								
	焼き竹輪	2.75	g	●		●					
	植物油	0.6675	g								
	水	10.8	g								
	鰹だしの素	0.04	g		●						
	濃口しょうゆ	1.62	g	●							
	みりん風調味料	0.54	g								
	上白糖	0.27	g								
	切干大根煮										
	キャベツ	30	g								
	水菜	0.2	g								
	人参	0.5	g								
	サニーレタス	0.5	g								
	ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●							
	パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g								
フレンチドレッシング(白)	5	g			●						
コールスローミックス											
ブロッコリー	10.5	g									
ブロッコリー											
赤小梅	6	g									
赤小梅											
特ふり かつお風味	1	g	●	●	●						
特ふり たまご風味	1	g	●	●	●						
ふりかけ											
グレープフルーツ(ルビー)	44.2	g									
グレープフルーツ(ルビー)											
オレンジジュース1L	150	g									
牛乳	50	g		●							
水	170	g									
ドリンク											
朝食集計											

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 ㊞

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単 位	7大アレルギー							
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに	
金曜日 昼食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	冷凍ラーメン(ウェーブ)250g	125	g	●	●	●					
	水	170	g								
	中華味 顆粒	1.6	g								
	PBしょうゆラーメンのたれ	16.95	g	●							
	もやし	10	g								
	にら	3	g								
	ポークチョップドハム	3	g	●	●	●					
	筍・穂先	3	g								
	長葱	1.5	g								
	醤油ラーメン										
	バタール(バケツ)	25	g	●							
	いちごジャム(小袋)	7.5	g								
	マーガリン(小袋)	4	g		●						
	バタール(バケツ)										
	中華春巻(35g)	35	g	●						●	
	植物油	4.6547	g								
	練からし(小袋)	0	g		●						
	春巻										
	豚小間	20	g								
	菜の花	8	g								
	食塩	0.05	g								
	ホワイトペッパー	0.01	g								
	ムキ玉葱	14	g								
	人参	2	g								
	植物油	0.89	g								
	水	3.75	g								
	鰹だしの素	0.03	g		●						
	うすくちしょうゆ	0.38	g	●							
	豚肉と菜花の塩炒め										
	乱切りポテト	30	g								
	おろしにんにく	0.15	g								
	濃口しょうゆ	0.72	g	●							
	花かつお(トッピング用)	0.3	g								
	じゃが芋のニンニクおかか和え										
	キャベツ	30	g								
	水菜	0.2	g								
	人参	0.5	g								
	サニーレタス	0.5	g								
	ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●							
	パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g								
	フレンチドレッシング(白)	5	g			●					
	コールスローミックス										
	蒟蒻寒天ゼリー オレンジ	11.25	g								
	水	75	g								
蒟蒻オレンジゼリー											
オレンジジュース1L	150	g									
牛乳	50	g		●							
水	170	g									
ドリンク											
昼食集計											

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 ㊞

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー						
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに
土曜日 朝食	精白米	66	g							
	水	85.8	g							
	ご飯									
	バターロール	37.5	g	●	●	●				
	いちごジャム(小袋)	7.5	g							
	マーガリン(小袋)	4	g		●					
	バターロール									
	大根	10	g							
	乾燥カットわかめ	0.5	g							
	水	150	g							
	だしパック	0.35	g							
	鰹だしの素	0.4	g		●					
	白みそ	8	g							
	大根とわかめの味噌汁									
	厚焼きたまご	50	g	●	●	●				
	厚焼きたまご									
	鯖フィレ(100g)	25	g							
	合成酒	1	g	●						
	食塩	0.1	g							
	鯖の塩焼き									
	ムキ玉葱	8	g							
	キャベツ	28	g							
	人参	0.3	g							
	ポークチョップドハム	15	g	●	●	●				
	植物油	1.335	g							
	ウスターソース	2.4	g							
	食塩	0.15	g							
	ホワイトペッパー	0.02	g							
	ハム野菜炒め									
	だし昆布	2	g							
	人参	1.25	g							
	焼き竹輪	2.75	g	●		●				
	植物油	0.6675	g							
	水	10.8	g							
	鰹だしの素	0.04	g		●					
	濃口しょうゆ	1.62	g	●						
	みりん風調味料	0.54	g							
	上白糖	0.27	g							
	刻み昆布の煮物									
	納豆 40g	40	g	●						
	納豆									
	キャベツ	30	g							
	水菜	0.2	g							
	人参	0.5	g							
	サニーレタス	0.5	g							
ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●							
パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g								
フレンチドレッシング(白)	5	g			●					
コールスローミックス										
カリフラワー	10.5	g								
カリフラワー										
スライスたくあん	10.5	g								
たくあん										
特ふり かつお風味	1	g	●	●	●					
特ふり たまご風味	1	g	●	●	●					
ふりかけ										
マライヤパイン8カット	120	g								
パイン										
オレンジジュース1L	150	g								
牛乳	50	g		●						
水	170	g								
ドリンク										
朝食集計										

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 ㊞

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー						
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに
土曜日 昼食	精白米	66	g							
	水	85.8	g							
	ご飯									
	精白米	67	g							
	豚小間	10	g							
	おろしにんにく	0.4	g							
	生おろし生姜	0.4	g							
	植物油	2.8658	g							
	ムキ玉葱	40	g							
	乱切りポテト	20	g							
	人参	8	g							
	水	120	g							
	こくまるフレーク	10	g	●	●					
	パーモントカレーフレーク	10	g	●	●					
	ポークカレー									
	Cパンケーキ	50	g	●	●	●				
	いちごジャム(小袋)	7.5	g							
	マーガリン(小袋)	4	g		●					
	パンケーキ									
	アジフライ(60g)	30	g	●						
	<揚げ油>	3.4888	g							
	アジフライ									
	ポークウィンナー(20g)	10	g	●	●					
	キャベツ	5	g							
	人参	5	g							
	ジャガ芋	5	g							
	ブロッコリー	2.5	g							
	チキン コンソメ	0.56	g	●	●					
	水	22.5	g							
	食塩	0.08	g							
	ブラックペッパー	0.01	g							
	パセリ缶	0.03	g							
	ポトフ									
	麻竹(ホール)	20	g							
	水	10	g							
	鰹だしの素	0.07	g		●					
	うすくちしょうゆ	0.83	g	●						
	みりん風調味料	0.83	g							
	花かつお(トッピング用)	1	g							
	筍の土佐煮									
	キャベツ	30	g							
	水菜	0.2	g							
	人参	0.5	g							
	サニーレタス	0.5	g							
	ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●						
パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g								
フレンチドレッシング(白)	5	g			●					
コールスローミックス										
福神漬(赤)	10.5	g	●							
福神漬										
杏仁フルーツ	40	g		●						
フルーツカクテル	40	g								
マライヤパイン8カット	40	g								
杏仁フルーツ										
オレンジジュース1L	150	g								
牛乳	50	g		●						
水	170	g								
ドリンク										
昼食集計										

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 ㊞

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー								
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに		
土曜日 夕食	精白米	66	g									
	水	85.8	g									
	ご飯											
	水	140	g									
	チキン コンソメ	2.52	g	●	●							
	食塩	0.28	g									
	ホワイトペッパー	0.03	g									
	もやし	5	g									
	ムキ玉葱	5	g									
	玉葱ともやしのスープ											
	鶏もも(30-40g)	105	g									
	プレーンヨーグルト	8	g		●							
	トマトケチャップ	6	g									
	カレー粉	0.8	g									
	CASパプリカ赤黄	0.2	g									
	生おろし生姜	0.6	g									
	みじん切り生にんにく	0.6	g									
	チキン コンソメ	0.6	g	●	●							
	並塩(20kg)	0.4	g									
	タンドリーチキン											
	豚小間	7.5	g									
	植物油	0.89	g									
	ニンニクの芽カット	5	g									
	ムキ玉葱	22.5	g									
	人参	4	g									
	水	2.5	g									
	中華味 顆粒	0.15	g									
	PB中華炒めベース	1.8	g	●	●							
	濃厚オイスターソース	0.3	g									
	ホワイトペッパー	0.01	g									
	片栗粉	1	g									
	水	1.5	g									
	ゴマ油(調合)	0.2275	g									
	豚肉とニンニクの芽炒め											
	大根	10	g									
	人参	5	g									
	黒こんにゃく	6.75	g									
	焼き竹輪	1.65	g	●		●						
	しいたけ	2.821	g									
	水	7.78	g									
	鰹だしの素	0.05	g			●						
	上白糖	0.33	g									
	みりん風調味料	0.65	g									
	合成酒	0.65	g	●								
	濃口しょうゆ	1.56	g	●								
	絹サヤ	0.5	g									
	根菜の田舎風											
	R2)あんこう唐揚げ骨無し	25	g	●								
	<揚げ油>	2.136	g									
	あんこう唐揚げ											
フレンチポテト	30	g	●									
<揚げ油>	1.4596	g										
食塩	0.12	g										
フライドポテト												
キャベツ	30	g										
水菜	0.2	g										
人参	0.5	g										
サニーレタス	0.5	g										
ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●									
パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g										
フレンチドレッシング(白)	5	g			●							
コールスローミックス												
菜の花	15	g										
キャベツ	13	g										
人参	2	g										
ごま和えの素(粉末)	3	g	●									
菜の花とキャベツのごま和え												
青かつば漬け	10.5	g	●									
青かつば漬												
カップヨーグルト	78	g		●								
ヨーグルト												
オレンジジュース1L	150	g										
牛乳	50	g		●								
水	170	g										
ドリンク												
夕食集計												
土曜日集計												

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 ㊞

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー							
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに	
日曜日 昼食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	冷凍うどん	125	g	●							
	水	163	g								
	おいかつお うまつゆ	22	g	●							
	鰹だしの素	0.2	g		●						
	だしパック	0.35	g								
	里芋500	18	g								
	ササガキゴボウ	10	g								
	人参	5	g								
	つきこん黒	6	g								
	刻み油揚げ	5	g								
	長葱	3	g								
	けんちんうどん										
	バター(パッケージ)	25	g	●							
	いちごジャム(小袋)	7.5	g								
	マーガリン(小袋)	4	g		●						
	バター(パッケージ)										
	中華春巻(35g)	35	g	●						●	
	植物油	4.6547	g								
	練からし(小袋)	0	g		●						
	春巻										
	鶏肉団子(15g)	26	g	●	●	●					
	濃口しょうゆ	1.32	g	●							
	食酢	2.7	g	●							
	トマトケチャップ	1.2	g								
	上白糖	1.1	g								
	中華味 顆粒	0.12	g								
	水	1.8	g								
	片栗粉	0.12	g								
	水	0.18	g								
	ゴマ油(調合)	0.091	g								
	人参	4	g								
	ムキ玉葱	6	g								
	筍・穂先	4	g								
	ピーマン	2	g								
	<揚げ油>	0.0979	g								
	肉団子の甘酢煮										
	キャノリーブ(菜種&オリーブ)	0.546	g								
	みじん切り生にんにく	0.1	g								
	ズッキーニ	10	g								
	ムキ玉葱	7	g								
	ダイストマト	8	g								
	カリフラワー	5	g								
	ブロッコリー	5	g								
	菜園風グリル野菜ミックス	10	g								
	チキン コンソメ	0.23	g	●	●						
	食塩	0.06	g								
	ホワイトペッパー	0.01	g								
パセリ缶	0.04	g									
ラタトゥユ											
キャベツ	30	g									
水菜	0.2	g									
人参	0.5	g									
サニーレタス	0.5	g									
ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●								
パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g									
フレンチドレッシング(白)	5	g			●						
コールスローミックス											
蒟蒻寒天ゼリー ぶどう	11.25	g									
水	75	g									
蒟蒻ぶどうゼリー											
オレンジジュース1L	150	g									
牛乳	50	g		●							
水	170	g									
ドリンク											
昼食集計											

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 平成30年度春メニュー

ユーレストジャパン株式会社 担当栄養士 山内 美香 ㊞

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください。

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー							
				小麦	乳	卵	そば	落花生	えび	かに	
日曜日 夕食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	水	140	g								
	クノール ビーフブイヨン	3.36	g	●	●						
	食塩	0.28	g								
	ブラックペッパー	0.03	g								
	ムキ玉葱	7	g								
	人参	0.6	g								
	水菜	2	g								
	コンソメ野菜スープ										
	豚カツ(120g)	32.4	g	●	●	●					
	<揚げ油>	3.7647	g								
	洋辛子	1	g								
	豚モトカツ										
	豚小間	7.5	g								
	植物油	0.89	g								
	みじん切り生にんにく	0.08	g								
	豆板醤	0.35	g	●							
	キャベツ	22.5	g								
	ムキ玉葱	10	g								
	きくらげ・黒	0.18	g								
	回鍋肉用ソース	3.5	g	●							
	ゴマ油(調合)	0.1638	g								
	ピーマン	0.5	g								
	<揚げ油>	0.0267	g								
	回鍋肉										
	木綿豆腐	36	g								
	ムキ玉葱	20	g								
	植物油	0.89	g								
	豚挽肉	5	g								
	長葱	1.75	g								
	麻婆豆腐用ソース	10	g	●							
	水	0.9	g								
	片栗粉	1	g								
	水	1.5	g								
	ゴマ油(調合)	0.1638	g								
	万能ねぎ	0.35	g								
	麻婆豆腐										
	牛バラスライス	6	g								
	ムキ玉葱	10	g								
	人参	3	g								
	大根	5	g								
	キャベツ	5	g								
	セロリ	1	g								
	乱切りポテト	5	g								
	ブロッコリー	5	g								
	ブラックペッパー荒挽き	0.01	g								
	ワイン 1.8L 赤	0.5	g								
	薄力粉	0.1	g	●							
	水	40	g								
	味コンソメ(ビーフ)	8	g	●	●						
	並塩(20kg)	0.05	g								
	ダイストマト	9	g								
	トマトケチャップ	2	g								
	ウスターソース	0.36	g								
	コーヒー用ミニミルク	0.25	g		●						
	ボルシチ										
	植物油	4.0762	g								
	下足唐揚げ	30	g	●							
	いかゲソ唐揚げ										
	キャベツ	30	g								
	水菜	0.2	g								
	人参	0.5	g								
	サニーレタス	0.5	g								
	ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●							
	パッチョドレッシングトマト&ガーリック	5	g								
	フレンチドレッシング(白)	5	g			●					
	コールスローミックス										
	キャベツ	28.75	g								
	人参	1.25	g								
	だし昆布	1	g								
	水	17	g								
	鰹だしの素	0.13	g		●						
	うすくちしょうゆ	0.6	g	●							
	いりゴマ(白)	0.5	g								
	ゴマ油(調合)	0.728	g								
	塩キャベツ										
	つぼ漬け	10.5	g	●							
	つぼ漬										
	フルーツカクテル	40	g								
	三色寒天	40	g		●						
	マライヤバイン8カット	40	g								
	フルーツ寒天										
	オレンジジュース1L	150	g								
	牛乳	50	g		●						
	水	170	g								
	ドリンク										
	夕食集計										
	日曜日集計										